

Małgorzata Michel

## Empatia jako czynnik eliminujący poczucie samotności i alienacji społecznej wśród młodzieży niedostosowanej społecznie

Do najczęstszych zjawisk mieszczących się w zakresie zjawiska zachowań dewiacyjnych młodzieży można zaliczyć:

- wzrost agresji w codziennych kontaktach interpersonalnych na terenie domu, szkoły oraz w obrębie społeczności lokalnej;
- kradzieże i rozboje, często mające charakter brutalnych napaści;
- wzrost spożycia środków odurzających (alkohol i narkotyki) oraz związana z tym przestępczość;
- udział w grupach dewiacyjnych oraz przestępczości zorganizowanej (gangi, przestępstwa na stadionach itp.) (B. Urban 2005).

W kontekście współczesnych zagrożeń oraz licznych czynników ryzyka głównym celem jest wychowanie człowieka mającego zdolności radzenia sobie w sytuacjach społecznych w sposób niezagrażający sobie i innym, potrafiącego skutecznie radzić sobie z lękiem i stresem oraz twórczo rozwiązującego sytuacje trudne. Dodatkową inspiracją do podejmowania i realizacji tego rodzaju działań profilaktycznych jest nasilająca się, również w najmłodszych grupach wiekowych, agresja, przybierająca coraz to bardziej drastyczne i przerażające dorosłych formy.

W kontekście ostatnich wydarzeń w Polsce, kiedy to grupy nastolatków w sposób brutalny i drastyczny znęcają się, zagrażając zdrowiu i życiu swoich rówieśników, zaczęto się zastanawiać nad nieskutecznością dotychczas podejmowanych działań profilaktycznych. Z jednej strony, mamy

skrajnie agresywne zachowania młodych ludzi, z drugiej zaś — brak reakcji rówieśników-świadków tych sytuacji. Aby zacząć rozwiązywać ten problem, należy dysponować wiedzą z zakresu specyfiki rozwojowej nastolatków, ale i specyfiki sytuacji agresji rówieśniczej. Wiemy m.in., iż tego rodzaju brutalne zachowania zwykle mają miejsce przy świadkach. Wnioskiem dla praktyki jest fakt, iż należy podjąć pracę terapeutyczną z agresorami i ofiarami, ale również ze świadkami owych zdarzeń. Wydaje się, że oprócz konieczności wprowadzenia treningów zachowań prospołecznych i kształtowania psychospołecznych umiejętności, istotną kwestią jest kształtowanie wrażliwości i empatii wśród młodzieży. Wiemy bowiem, iż brak empatii, poczucie alienacji i samotności to zjawiska generujące agresję.

## Samotność i alienacja społeczna współczesnej młodzieży

Okres adolescencji charakteryzuje się zmianami, które mogą sprzyjać powstaniu poczucia samotności. W tym okresie u nastolatków wzrasta się poczucie izolacji, a dążenie do kształtowania się zadowalającej tożsamości może spowodować stan przejściowej samotności.

Wiele czynników społecznych może wywołać poczucie samotności u dorastającej młodzieży. Ważne są tutaj pewne momenty, mianowicie:

1. Nastolatki egzystują w specyficznym, „społecznym zapomnieniu”, w którym nie cieszą się prawami, przywilejami ani psychologicznymi wzmocnieniami zachowania się.

2. Etyka niepohamowanej i niezdrowej rywalizacji przenoszona z życia społecznego i rozpowszechniana w szkołach często prowadzi do uczucia niepowodzenia, a tym samym — odrzucenia.

3. Brak atrakcyjności fizycznej i sportowej zręczności przyczynia się do powstania poczucia samotności u tych osób, którym nie wiedzie się w codziennym życiu (J. R e m b o w s k i 1992).

Jedną z ważniejszych tendencji młodzieży w okresie adolescencji jest trudność w komunikowaniu się z otoczeniem, szczególnie często z rówieśnikami. Procesy indywidualizacji oraz komunikowania się z otoczeniem ograniczone bywają samotnością. Rozmiar samotności często osiąga apogeum w okresie dorastania i często jest wywołany właśnie przez trudności interpersonalne.

T. Brennan i N. Auslander (za: J. R e m b o w s k i 1992) przeprowadzili badania wśród młodzieży, uwzględniając wskaźniki samotności na tle interakcji z rodzicami, nauczycielami i rówieśnikami. Okazało się, iż 10%



badanej młodzieży uznało zainteresowanie rodziców ich codziennymi sprawami za niewystarczające. Ponadto młodzi ludzie podkreślali brak zrozumienia dla ich dążeń, często oceniając rodziców jako osoby obojętne na wszystko. Informacje młodzieży w odniesieniu do nauczycieli były korzystniejsze. W tych samych badaniach 54% badanych uznało, że w większości przypadków może liczyć na rówieśników i spodziewać się od nich wsparcia, zaś 20% stwierdziło, że zawsze może się zwierzyć i uzyskać pomoc kolegów. Zatem miejscem, gdzie młodzież ma największą możliwość znalezienia akceptacji społecznej i wyrażania swoich sądów wartościujących, jest grupa rówieśnicza. W niej również istnieje największe niebezpieczeństwo braku akceptacji lub odrzucenia.

Współczesny nastolatek nie ma poczucia więzi, jego świat charakteryzuje się indywidualizacją kontaktów. Każda jednostka załatwia swoje sprawy, żyje swoim życiem. Oczywiście, nastolatki przynależą do różnego rodzaju grup, tyle że kontakty w ich obrębie są krótkie, szybkie, nie stwarzające warunków do zawierania głębokich, długotrwałych przyjaźni. Jednocześnie młodzież tęskni za wspólnotą, za doświadczeniem poprzednich pokoleń, dlatego idealizuje czasy wspólnych imprez i spotkań. Atomizację jednostki doskonale obrazują współczesne, klubowe imprezy z muzyką elektroniczną, gdzie każdy tańczy sam ze sobą, oddany rytmowi tańca i zamknięty w swoim własnym świecie. Oczywiście, współczesna młodzież ma duże poczucie samotności, jest świadoma wyizolowania i nie jest jej z tą świadomością dobrze. Tęskni za wspólnotą, lecz najwyższej ceni własne towarzystwo i prywatność, a raczej intymność.

Dzisiejsze pokolenie nastolatków ma sprawy czy przeżycia, które uważa tylko za swoje własne i nie chce o nich nikomu opowiadać, bo nie ma takiej potrzeby. Ten specyficzny kult prywatności może być systemem obronnym, odpowiedzią na rozrywanie „ja” przez różne instytucje, na propozycje „ja” dostarczane przez mass media. Tu ujawnia się swoisty paradoks, bowiem dla obserwatora ten swoisty kult prywatności i intymności trudny do pogodzenia jest z modą na medialny ekshibicjonizm. Nastolatki tak ceniące prywatność jednocześnie marzą o uczestnictwie w reality shows.

Współczesny nastolatek żyje w świecie paradoksów. Jest rozbiegany i rozrywany przez różne instytucje, choć mu to przeszkadza. Ceni intymność, lecz nie ma na nią czasu. Być może przeszkodą do pokonania tej samotności i tworzenia trwałych związków z innymi ludźmi jest silne w tym pokoleniu przywiązanie do niezależności jako wartości samej w sobie. Tym samym być może nie do pogodzenia są marzenia o wspólnocie z potrzebą niezależności.

Specyfiką nowego pokolenia nastolatków jest atomizacja, często dla obserwatora przywiązanego do schematów i stereotypów adekwatnych do poprzednich pokoleń, jawiąca się jako samotność, wyalienowanie, niedosto-

sowanie. Czy może pojawić się niezgoda na taką rzeczywistość? Bunt łączy nawet zatowarzyszonych, pod warunkiem że wszyscy są w takiej samej sytuacji, a tę sytuację w kategoriach społecznych spostrzega się jako dolegliwość. Wtedy to w pewnym momencie następuje porozumienie nawet najbardziej zatowarzyszonych jednostek i zaczyna się bunt. Jednak wydaje się, iż współczesne pokolenie młodzieży akceptuje swoją sytuację. A jeśli nie, to daje się wciągać w grę. Tym samym nie ma podstaw do buntu. Dzisiejszy nastolatek nie jest ani buntownikiem, ani reformatorem. Przyjmuje świat taki, jaki jest. Akceptuje go jednak nie dlatego, iż jest dobry, przeciwnie, wyraża się o nim bardzo krytycznie, głównie jeśli chodzi o relacje międzyludzkie.

Niewielu też ujawnia swoje marzenia. Jeśli już, to być poza tą cywilizacją. Nie mają tworzywa do marzeń w tym, co ich otacza. Podobnie jak nie znajdują tworzywa do formułowania buntu, który byłby buntem zbiorowym z jakąś nadzieją zmiany. Marzenia bardziej osobiste to takie, które zdarzają się zawsze i w każdym czasie, tj. marzenia o autentycznej miłości. Skoro nie ma sprzyjającej atmosfery do kontaktów wspólnotowych, towarzyskich, to trzeba mieć nadzieję na realizację miłości. Jest to nadzieja wewnętrzna, intymna, ważna. Przy czym miłość ta zwykle jest wyidealizowana (H. Świda - Ziemia 2002).

Generalizując, można wyciągnąć wniosek, iż dzisiejsza młodzież jest i czuje się samotna, wyizolowana, często rezygnująca z kontaktów bezpośrednich na rzecz pseudokontaktów w sieci internetowej, dających namiastkę przyjaźni i iluzję wspólnoty. Przy czym sugeruje się, aby tego typu doświadczenia uogólnić na specyficzne, pokoleniowe przeżywanie rzeczywistości.

Na zakończenie rozważań nad zjawiskiem samotności i alienacji społecznej młodzieży pragnę zaznaczyć, iż zjawisko samotności w pewnym sensie jest charakterystyczne dla wieku adolescencji. Jest to zjawisko psychologiczne i kulturowe zarazem, a wynika z indywidualnych konfliktów jednostki, która u progu dorosłości musi uniezależnić się od pokolenia poprzedniego oraz znaleźć swoją własną tożsamość. Problem pojawia się w momencie, gdy doznanie poczucia samotności przechodzi z ilości w jakość i kiedy poczucie wyobcowania nie pozwala młodemu człowiekowi normalnie funkcjonować (M. Orwid, K. Pietruszewski 1996).

Specyficzne również dla wieku adolescencji są kryzysy psychiczne spowodowane błędami wychowawczymi w szkole i w domu. Jednostki szczególnie wrażliwe na łamanie norm społecznych i moralnych mogą próbować ucieczki od rzeczywistości w różnego rodzaju zachowania patologiczne skierowane na zewnątrz, kiedy to mamy do czynienia z destrukcją dóbr społecznych, czy też do wewnątrz, jak jest w przypadku autodestrukcji.



## Empatia jako czynnik eliminujący poczucie samotności i alienacji społecznej młodzieży

Czynnikiem mającym niebagatelne znaczenie w zmniejszaniu poczucia samotności oraz alienacji społecznej, szczególnie wśród młodzieży, jest poczucie empatii, czyli współodczuwanie i wrażliwość emocjonalna w stosunku do drugiego człowieka.

W literaturze naukowej termin „empatia” używany jest w kilku różnych znaczeniach. Wywodzi się z rozważań filozoficzno-etycznych, dotyczących takich zachowań ludzkich, jak: życzliwość, wzajemne rozumienie i emocjonalne współuczestnictwo. Twórcą pojęcia empatii jest T. Lipps (początek XX wieku), który rozumiał empatię jako „**czucie się razem z...**”. Początkowo uczucie to odnosiło się do obiektów fizycznych, później zaś uznano empatię jako reakcję przede wszystkim skierowaną na osobę, polegającą na rozumieniu i wspólnym odczuwaniu czyichś zachowań (E. Wilczek - Różycka 2002).

Przy interpretacji odnoszącej się do uczuć i emocji empatia jest to „zdolność jednostki do emocjonalnej odpowiedzi na spostrzegane przeżycia drugiego człowieka” (A. Węgliński 1993). W ten sposób rozumiana empatia w działaniu jednostki oznaczać może udzielanie się uczuć, „zarażanie się” stanami emocjonalnymi drugiej osoby, rezonans uczuciowy, imitacje lub naśladownictwo przeżyć obiektu empatii, współdzwięczenie lub współodczuwanie. Podkreśla się znaczenie afektywnych komponentów empatii takich, jak wrażliwość emocjonalna i współodczuwanie, jako ułatwiających tworzenie dojrzałych relacji międzyludzkich bez obawy o zachowanie poczucia własnej tożsamości.

Nawiązując do procesów poznawczych człowieka, empatię określić można jako „**proces polegający na wstawieniu się w cudze położenie, utożsamieniu się z drugą osobą** (bez utraty tożsamości własnej), na trafnym rozumieniu cudzych reakcji”. Dlatego też niektórzy badacze, np. Wrightsman (za: J. Rejkowski 1979) utożsamiają empatię z trafnością spostrzegania interpersonalnego lub z umiejętnością wglądu w cudze położenie, czyli z pierwszym czynnikiem inteligencji społecznej — np. według R.T. Thorndikea (za: Z. Plewicka 1982).

Jednakże oprócz aspektu poznawczego i emocjonalnego równie ważny zdaje się być aspekt wykonawczy — komunikacyjny, czyli zdolność jednostki do komunikowania owego rozumienia poprzez podmiot empatii uczuć i stanów osoby empatyzującej (J. Mellibruda 1980). To komunikowanie się może dokonywać się dzięki wnioskowaniu przez analogię lub przez wczuwanie się za pomocą własnej wyobraźni w sytuację osoby i w rolę, jaką ona pełni.

W literaturze wyodrębnia się trzy grupy definicji charakteryzujących empatię: w aspekcie emocjonalnym, poznawczym oraz emocjonalno-poznawczym. Wyróżnia się również dodatkowo jej charakter intrapersonalny lub interpersonalny.

Tradycyjne definiowanie empatii opiera się na koncepcji emocjonalnej i dotyczy współbrzmienia, współprzeżywania, emocjonalnego odpowiadania na przeżycia drugiej osoby. Przedstawicielami tej koncepcji są m.in. E. Stotland, K. Roe, L. Hoffman, A. Mehrabian i N. Epstein, W. Szewczuk, A. Węgliński. Autorzy ci zakładają, iż empatia stanowi emocjonalne doświadczenie takich samych stanów afektywnych w danej sytuacji przez podmiot, jakich doznaje przedmiot empatii.

W drugim ujęciu empatii akcent położony jest na rolę czynnika poznawczego. Przedstawicielami tego ujęcia są: R. Hogan, C.B. Truax, G.H. Mead. Kognitywny charakter empatii wiążą oni z umiejętnością spostrzegania i rozumienia przeżyć innej osoby, jak również z możliwością trafnego przewidywania jej uczuć, wyobrażeń oraz reakcji (E. Wilczek - Różycka 2002). R. Hogan pojmuje empatię jako intelektualne lub pojęciowe rozumienie stanu innego człowieka bez rzeczywistego przeżywania jego uczuć. Zdaniem C. Rogersa, odpowiednie poznanie i zrozumienie uczuć drugiej osoby wymaga pocucia własnej tożsamości, zachowania odrębności „ja — druga osoba”.

W trzeciej grupie definicji empatii zwraca się uwagę na rolę zarówno mechanizmów poznawczych, jak i emocjonalnych. Reprezentanci tego ujęcia to J. Reykowski, A. Frączek, H. Eliasz, R. Ianotti. Według tych autorów, procesy poznawcze pełnią funkcję pośredniczącą w powstawaniu emocjonalnego pobudzenia. Prawidłowa interpretacja znaczeń spostrzeganej sytuacji uruchamia reakcję emocjonalną wyznaczoną przejęciem perspektywy drugiego człowieka. Nie minimalizuje się tutaj reakcji emocjonalnej, która jest istotą empatii. Uznaje się natomiast, iż reakcja emocjonalna jest uruchamiana poprzez percepcję lub wyobrażenie sobie określonej sytuacji. Zgodnie z tym R. Ianotti uważa empatię za „nieegocentryczne rozumienie uczuć innych”, któremu towarzyszy „współgranie uczuciowe”. Wymaga to wejścia w położenie drugiej osoby z jednoczesnym zareagowaniem na daną sytuację jak na własną (J. Reykowski 1986; 1979).

Na tle rozwoju osobniczego jednostki empatia jest procesem psychicznym, czyli zdolnością motywującą jednostkę do szukania bliskości z innymi ludźmi poprzez:

- współdzwignienie emocjonalne, czyli sympatyzowanie z innymi ludźmi przeżyć przyjemnych i przykrych;
- wczuwanie się w stany psychiczne i przeżycia innych ludzi, czyli rozumienie przeżyć drugiego człowieka tak, jakby się było tą drugą osobą (A. Węgliński 1993).



W toku rozwoju człowieka empatia zmienia swój charakter i przekształca się z emocjonalnego współbrzmienia w proces nacechowany refleksyjnością. Według J. Reykowskiego, empatyczna wrażliwość na cudze cierpienie stwarza gotowość do reakcji prospołecznych częściej wtedy, gdy we wczesnym dzieciństwie wytworzy się emocjonalna wrażliwość na cudze cierpienie i jednocześnie gdy jest ona powiązana z dążeniem do niesienia pomocy, na bazie usuwania emocji negatywnych lub poprzez utrwalanie tych reakcji w procesie uczenia się (J. R e y k o w s k i 1979).

Badacze akcentują udział doświadczenia dziecka w empatycznej komunikacji z innymi ludźmi. Dziecko jako osoba dorosła będzie mogło współodczuwać ten rodzaj przeżyć, który miał miejsce wcześniej w jego doświadczeniu. W toku ewolucji empatii od swoistego sprzężenia emocjonalnego, współprzeżywania z drugim człowiekiem prostych stanów emocjonalnych, współodczuwania i współczucia — jednostka na dalszym etapie rozwoju osobniczego będzie zdolna do wczuwania się w osobowość drugiego człowieka poprzez tworzenie trafnych wyobrażeń na temat tego, co przeżywa druga osoba, czego pragnie oraz w jaki sposób ocenia świat i samą siebie. W toku tego „wczuwania się” podmiot empatii, zachowując swą tożsamość i samoświadomość, wykazuje postawę, którą K. Dąbrowski nazywa „postawą stałej gotowości pomocy” (K. D a b r o w s k i 1975). Człowiek taki uświadamia sobie postępowanie i przeżycia drugiego nie w kategoriach dobra czy zła, lecz w kategoriach prawdziwego widzenia jego aktualnych doświadczeń poprzez różnorodne uwarunkowania wewnętrzne i zewnętrzne, poprzez rozumienie jego poziomu samoświadomości i jego osobowości. Taki przebieg kontaktów interpersonalnych sprzyja kształtowaniu kontaktów ludzkich o dużej randze moralnej, wyklucza możliwość zdehumanizowania partnera interakcji oraz sprzyja zdolności wglądu w siebie.

Problem empatii w kontaktach międzyludzkich dotyczy jej aspektu wykonawczego, w ramach którego wyodrębnia się komponent komunikacyjny oraz zadaniowy. Pierwszy z nich — komponent komunikacyjny, akcentowany jest we wszystkich kontaktach interpersonalnych i przejawia się w komunikowaniu własnych doznań, nastawieniu zadaniowym z doświadczeniem potrzeb drugiej osoby oraz ewentualnych zachowaniach prospołecznych. Przebieg kontaktów empatycznych, opartych na wczuwaniu się w przeżycia partnerów interakcji, warunkuje prawdopodobieństwo wystąpienia odpowiedzialności za innych. Uważa się, iż empatia jako determinanta doświadczenia ludzkiego łączy się z zachowaniem altruistycznym i występuje jako motyw zachowań prospołecznych, wpływa na zahamowanie postaw agresywnych oraz alienacji społecznej.

## Koncepcja metodologiczna badań własnych

Celem badań było określenie związku pomiędzy poziomem empatii a poczuciem samotności alienacji społecznej współczesnej młodzieży. W badaniach postawiono następującą hipotezę: Uczestnictwo w działaniach na rzecz innych ludzi oraz środowiska lokalnego, tworzenie pozytywnej kultury rówieśniczej oraz aktywne uczestnictwo w treningach komunikacji interpersonalnej i empatii powoduje wzrost poziomu empatii, co z kolei wpływa dodatnio na zmniejszenie się zachowań destrukcyjnych u młodzieży.

Osoby badane to młodzież z grup dewiacyjnych, uczestnicząca w lokalnych działaniach profilaktycznych. Jednym z celów tych działań było organizowanie akcji charytatywnych na rzecz dzieci z rodzin alkoholowych oraz uczestnictwo w treningach empatii<sup>1</sup>.

Badania zostały przeprowadzone w ramach strategii ilościowo-jakościowej i miały charakter badań longitudinalnych. To pozwoliło na uzyskanie informacji na temat poziomu empatii u adolescentów identyfikujących się z subkulturami młodzieżowymi, wykazującymi ryzykowne zachowania, często aspołeczne lub społecznie nieakceptowane oraz wpływ uczestnictwa w działaniach lokalnych na zmianę korelatu osobowościowego, jakim jest poziom empatii.

Do badania poczucia poziomu empatii posłużono się Kwestionariuszem Rozumienia Empatycznego KRE, opracowanym przez A. Węglińskiego. Służy on do pomiaru **empatii rozumianej jako zdolność psychiczna motywująca jednostkę do szukania bliskości z innymi ludźmi poprzez:**

- współdzwężenie emocjonalne,
- sympatyzowanie z innymi przeżyć przyjemnych i przykrych,
- wrażliwość na przeżycia innych ludzi,
- wczuwanie się w stany i przeżycia innych,
- gotowość poświęcenia się dla innych.

Tak rozumiana empatia koreluje dodatnio z obserwowalnymi przejawami zachowań zgodnych z oczekiwaniami społecznymi typu: altruizm, życzliwość, opieka, współrozumienie, oraz ujemnie — z zachowaniami o cha-

---

<sup>1</sup> Szeroko na temat prowadzonych kilkuletnich działań z młodzieżą niedostosowaną społecznie piszę w: *Grupa rówieśnicza jako podstawowe środowisko działań profilaktycznych w społeczności lokalnej*. „Nauczyciel i Szkoła”, 2000, nr 1—2 oraz *Młodzieżowa grupa profilaktyczna jako próba tworzenia alternatywnych działań młodzieży zagrożonej patologią*. W: *Kryzysy rozwojowe wieku dziecięco-młodzieżowego a możliwości społecznego wsparcia*. Red. B. Grochmal-Bach, A. Knobloch-Gali. Kraków 2005.



rakterze egoistycznym czy agresywnym. Ponadto KRE różnicuje badanych ze względu na płeć oraz wykojenie społeczne (A. Węgliński 1993).

Kwestionariusz składa się z 33 twierdzeń. Na każde twierdzenie badany odpowiada, zaznaczając jedną z czterech możliwych odpowiedzi: „tak”, „raczej tak”, „raczej nie”, „nie”.

Dokonanie analizy porównawczej pomiędzy tą grupą a grupą ich rówieśników pozwoliło na wykazanie ewentualnych różnic w poziomie empatii. W grupie głównej znalazło się 31 osób: 17 dziewcząt i 14 chłopców. W grupie kontrolnej natomiast przebadane zostały 32 osoby, w tym 17 dziewcząt i 15 chłopców. Celem wykazania istotnych różnic pomiędzy grupami główną a kontrolną wyniki badań poddane zostały analizie statystycznej. Jako że badano jedną cechę (poziom empatii) w dwóch populacjach, przy obliczaniu wyników zastosowano test Manna—Whitneya. Otrzymane wyniki są istotne statystycznie przy poziomie istotności  $p = 0,05$ . Celem analizy porównawczej było wykazanie, czy badane grupy główna i kontrolna (dziewcząt oraz chłopców) różnią się istotnie statystycznie pod względem poziomu empatii.

Tabela 1 przedstawia różnice w poziomie empatii pomiędzy grupami główną a kontrolną na początku realizacji programu.

Tabela 1

Różnice w poziomie empatii pomiędzy grupami główną  
i kontrolną (dziewczęta i chłopcy)  
na początku realizacji programu

Porównywane grupy	Poziom porozumienia empatycznego ( $p =$ )
DZ* 2000 DZK 2000	0,06
CH** 2000 CHK 2000	0,63

\* DZ — grupa dziewcząt

\*\* CH — grupa chłopców

Po dokonaniu analizy statystycznej w grupach głównej i kontrolnej pomiędzy dziewczętami i chłopcami okazało się, że poziom istotności statystycznej dla tych grup badawczych wynosi: w przypadku dziewcząt:  $p = 0,06$ , a w przypadku chłopców  $p = 0,63$ . Każdorazowo poziom istotności  $p > 0,05$  i wskazuje na hipotezę zerową, czyli nie ma podstaw do stwierdzenia, że badane grupy różnią się istotnie statystycznie pod względem poziomu empatii. Zatem analiza porównawcza grup głównej i kontrolnej zarówno dziewcząt, jak i chłopców wykazała, że badane grupy nie różnią się istotnie statystycznie pod względem poziomu empatii.

Po przeliczeniu wyników surowych na wartości stenowe kwestionariusza empatii widać jednak pewne różnice w poziomie empatii pomiędzy osobami z grupy głównej a kontrolnej. Rozkład tych wyników przedstawia tabela 2.

Tabela 2

Wyniki badań kwestionariuszem empatii  
w grupach głównej i kontrolnej — wartości stenowe

Steny	Grupa główna		Grupa kontrolna	
	DZ	CH	DZ	CH
Wysokie (7—10)	4	8	1	5
Przeciętne (5—6)	6	4	6	9
Niskie (1—4)	7	2	10	1

Dane te pokazują, że wśród dziewcząt przystępujących do programu profilaktycznego wyniki wysokie uzyskały 4 badane, niskie zaś 7 badanych. Porównując te dane z danymi z grupy kontrolnej, okazuje się, iż dziewczęta przejawiające zachowania ryzykowne oraz identyfikujące się z dewiacyjnymi grupami młodzieżowymi przejawiają wyższy poziom empatii w stosunku do ich rówieśniczek z grupy kontrolnej, w której wyniki wysokie uzyskała tylko 1 badana, niskie zaś aż 10 dziewcząt. W przypadku chłopców sytuacja wygląda podobnie, gdyż wyniki wysokie uzyskało 8 chłopców z grupy głównej i 5 ich rówieśników z grupy kontrolnej, natomiast wyniki niskie charakteryzowały 2 chłopców z grupy głównej i 1 z kontrolnej.

Po obliczeniu średniej arytmetycznej okazało się, że poziom empatii zarówno wśród członków grupy głównej, jak i kontrolnej średnio znajduje się w granicach przeciętnych (5—6 sten).

W 2002 roku, po dwóch latach uczestnictwa w programie profilaktycznym, którego istotny element stanowił trening empatii, przebadano ponownie 31 osób z grupy głównej pod względem poczucia empatii w zakresie następujących tendencji empatycznych: współdzwężenie emocjonalne z innymi ludźmi; wczuwanie się w przeżycia innych ludzi; sympatyzowanie z innymi przeżyć przyjemnych i przykrych; gotowość poświęcenia się dla innych; wrażliwość na przeżycia innych.

Dla wykazania, czy pojawiły się istotne różnice pomiędzy poziomem empatii w grupie głównej po dwóch latach treningu zastosowano analizę porównawczą. Jej celem było tym razem wykazanie, czy w badanej grupie głównej (u dziewcząt i chłopców) zaszły zmiany istotne statystycznie pod względem poziomu empatii przed uczestnictwem i po uczestnictwie w programie profilaktycznym. Wyniki badań poddane zostały analizie statystycznej. Jako że badano jedną cechę (poziom empatii) w dwóch populacjach (dziej-



cząt oraz chłopców), przy obliczaniu wyników zastosowano podobnie jak poprzednio test Manna—Whitneya, a otrzymane wyniki są istotne statystycznie przy poziomie istotności  $p = 0,05$ . Różnice te przedstawia tabela 3.

Tabela 3

Różnice w poziomie porozumienia empatycznego  
w grupie głównej po dwóch latach uczestnictwa  
w programie

Porównywane grupy	Poziom porozumienia empatycznego ( $p =$ )
DZ 2000 DZK 2002	0,03
CH 2000 CHK 2002	0,13

Porównując badane grupy dziewcząt i chłopców po dwóch latach uczestnictwa w programie, zauważyć można istotne statystycznie zmiany pomiędzy badanymi grupami. Jak wynika z tabeli 3, zarówno w przypadku dziewcząt, jak i chłopców każdorazowo poziom istotności  $p < 0,05$  i wyniósł odpowiednio: dla dziewcząt  $p = 0,03$  oraz dla chłopców odpowiednio  $p = 0,13$ . Wyniki te stanowią podstawę do stwierdzenia, że różnice dotyczące poziomu empatii u osób badanych ponownie są istotne statystycznie. Oznacza to, iż w poziomie rozumienia empatycznego badanych zaszły istotne zmiany sugerujące wpływ wprowadzonego czynnika eksperymentalnego na zmienną, jaką jest poziom empatii.

Rozkład szczegółowy wyników badań po przeliczeniu ich wartości surowych na stenowe prezentuje tabela 4.

Tabela 4

Wyniki badań kwestionariuszem empatii  
w grupie głównej po dwóch latach — wartości stenowe

Steny	Grupa główna 2000		Grupa kontrolna 2002	
	DZ	CH	DZ	CH
Wysokie (7—10)	4	8	10	11
Przeciętne (5—6)	6	4	3	3
Niskie (1—4)	7	2	4	0

Po przeliczeniu wyników surowych na wartości stenowe kwestionariusza empatii faktycznie widać pewne różnice u uczestników projektu w poziomie empatii. O ile w 2000 roku wartości wysokie uzyskały 4 dziewczęta i 8 chłopców, o tyle dwa lata później liczba osób plasujących się na tym

poziomie wzrosła. I tak, okazało się, że 10 dziewcząt i 11 chłopców uzyskało wysokie wyniki w Kwestionariuszu Rozumienia Empatycznego. Liczba osób z niskimi wynikami zmalała, gdyż o ile w 2000 roku było to 7 dziewcząt i 2 chłopców, o tyle dwa lata później niskie wyniki uzyskały tylko 4 dziewczęta.

Po obliczeniu średniej arytmetycznej okazało się, że poziom empatii w grupie głównej w 2002 roku osiągnął wysokie wyniki (7—10 sten). Oznaczać to może, że w wyniku oddziaływań terapeutycznych, uczestnictwa w treningach oraz przebywania w atmosferze akceptacji, współdziałania z osobami z najbliższego środowiska oraz koncentracji wokół pozytywnych działań z rówieśnikami, następuje podwyższenie poziomu zdolności empatycznych. Jednocześnie obniża się poziom impulsywności i zwiększa się refleksyjność własnych działań. Według A. Węglińskiego, sytuacja taka koreluje pozytywnie ze zdolnościami empatycznymi (A. Węgliński 1993).

Autor ten przeprowadzał podobne badania kwestionariuszem empatii wśród młodzieży przestępczej, jaką stanowili nieletni przebywający w zakładzie poprawczym, nieróżniący się od swoich nieprzestępczych rówieśników pod względem wieku i pochodzenia społecznego.

Z przytoczonych badań wynikało, że u nieletnich poddanych intensywnym oddziaływaniom wychowawczym polegającym m.in. na oddziaływaniach dyscyplinujących oraz konsekwentnych reakcjach wychowawcy na konkretne zachowania, nastąpiło podwyższenie poziomu zdolności empatycznych. Pozwala to przypuszczać, że nawet w środowisku zakładu zamkniętego istnieje szansa podejmowania działań mogących wpływać na korektę postaw młodzieży, związanych z empatyczną komunikacją z innymi ludźmi. Przy czym możliwości interwencyjnych oddziaływań, mających na celu podwyższenie poziomu empatii powinny być różnorodne, jednak w ich stosowaniu należy odejść od metod opartych na karach i represjach oraz piętnowaniu wychowanków na rzecz metod pomagających świadomie kształtować postawy empatyczne wobec innych ludzi (A. Węgliński 1993). Jest to o tyle istotne, że badana empatia rozumiana jest w kontekście kontaktów międzyludzkich jako zdolność psychiczna, motywująca jednostkę do szukania bliskości z innymi ludźmi. To uzasadnia potrzebę podejmowania działań terapeutycznych, mających na celu rozwijanie i kształtowanie rozumienia empatycznego drugiego człowieka, przyjęcia postawy współodczuwającej i rozumiejącej.

Ten sam autor badał poziom empatii u nastolatków (13—16 lat) niedostosowanych społecznie oraz zagrożonych demoralizacją, w większości z rodzin objętych opieką sądu, przebywających na kolonii letniej, której celem było m.in. eliminowanie negatywnych przejawów zachowania. Wyniki tych badań potwierdziły, że nastolatki, u których zaobserwowano



mniej zachowań negatywnych takich, jak wandalizm, dokuczanie innym, niewykonywanie poleceń wychowawców, brak chęci współpracy, mają istotny statystycznie wyższy poziom empatii w stosunku do rówieśników przejawiających często takie zachowania. Poza tym nastolatki, u których nie zaobserwowano zachowań agresywnych, również ujawniły istotnie wyższy poziom empatii od swoich rówieśników, u których takie zachowania występowały. Natomiast młodzież ujawniająca zachowania niezyczliwe wobec swoich rówieśników charakteryzowała się istotnie niższym poziomem empatii od rówieśników nie przejawiających tego typu zachowań.

Przeprowadzone metodą obserwacji i wywiadów badania nastolatków sugerują faktycznie, iż osoby o wyższym poziomie empatii chętniej nawiązywały współpracę i były bardziej otwarte w kontaktach z rówieśnikami oraz osobami starszymi. Poza tym część respondentów zadeklarowała jako część swojego światopoglądu i element stylu życia nieaprobowanie agresji w stosunku do innych.

Badania potwierdziły postawioną w części metodologicznej hipotezę, że uczestnictwo w działaniach na rzecz innych ludzi oraz środowiska lokalnego, tworzenie pozytywnej kultury rówieśniczej oraz aktywne uczestnictwo w treningach komunikacji interpersonalnej i empatii powoduje wzrost poziomu empatii, co z kolei wpływa dodatnio na zmniejszenie się zachowań destrukcyjnych młodzieży.

## Wnioski

Po analizie materiału badawczego można dokonać uogólnienia wyników badań w postaci konkretnych wniosków, stanowiących jednocześnie implikację dla praktyki pedagogicznej:

1. Empatia jest czynnikiem zmniejszającym poczucie alienacji i samotności społecznej młodzieży.
2. Angażowanie młodzieży w działania na rzecz innych ludzi oraz uczestnictwo w treningach komunikacji interpersonalnej, a także uwrażliwienie przyczynia się do zwiększenia poziomu empatii.
3. Nowoczesne działania profilaktyczne, realizowane w kontekście lokalnym, powinny uwzględniać, obok zajęć kształtujących kompetencje psychospołeczne, również element uwrażliwiania młodzieży na drugiego człowieka, poprzez trenowanie zachowań empatycznych i angażowanie młodzieży w działania na rzecz innych potrzebujących. Powinny również uczyć odpowiedniego reagowania na sytuacje, w których drugiemu człowiekowi dzieje się krzywda.

## Bibliografia

- Dąbrowski K., 1975: *Trud istnienia*. Warszawa.
- Mellibruda J., 1980: *Ja—Ty—My. Psychologiczne możliwości ulepszania kontaktów międzyludzkich*. Warszawa.
- Michel M., 2002: *Grupa rówieśnicza jako podstawowe środowisko działań profilaktycznych w społeczności lokalnej*. „Nauczyciel i Szkoła”, nr 1—2.
- Michel M., 2005: *Młodzieżowa grupa profilaktyczna jako próba tworzenia alternatywnych działań młodzieży zagrożonej patologią*. W: *Kryzysy rozwojowe wieku dziecięco-młodzieżowego a możliwości społecznego wsparcia*. Red. B. Grochmal-Bach, A. Knobloch-Gali. Kraków.
- Orwid M., Pietruszewski K., 1996: *Psychiatria dzieci i młodzieży*. Kraków.
- Plewicka Z., 1982: *Zdolności psychospołeczne oraz funkcjonowanie jednostki w grupie*. Lublin.
- Rembowski J., 1992: *Samotność*. Gdańsk.
- Reykowski J., 1979: *Motywacja. Postawy prospołeczne a osobowość*. Warszawa.
- Reykowski J., 1986: *Nastawienia egocentryczne i nastawienia prospołeczne*. W: *Osobowość a społeczne zachowanie się ludzi*. Red. J. Reykowski. Warszawa.
- Świda-Ziemba H., 2002: *O dorastaniu, czyli kod buntu*. Warszawa.
- Urban B., 2005: *Zachowania dewiacyjne młodzieży w interakcjach rówieśniczych*. Kraków.
- Wilczek-Różycka E., 2002: *Empatia i jej rozwój u osób pomagających*. Kraków.
- Węgliński A., 1993: *Opracowanie kwestionariusza rozumienia empatycznego, zachowania ludzi*. „Zdrowie Psychiczne”, nr 4.